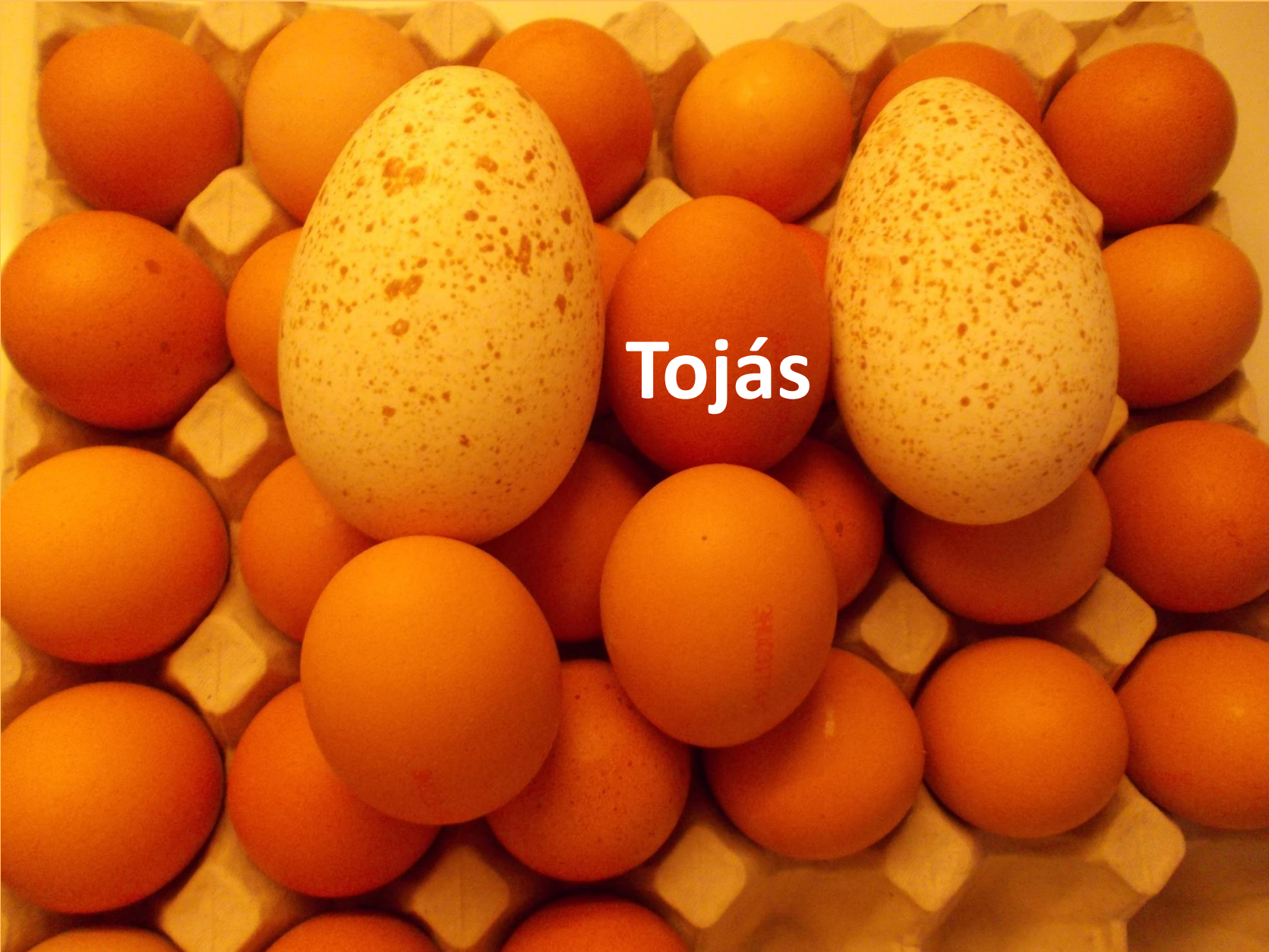


Tojás, zsiradékok, hidegkonyhai áruk



Dr. Buzás Gizella
Szakáruismeret könyve
alapján összeállította:
Irmái Tünde



Tojás

A tojás

- egyetlen, megnagyobbodott petesejt, jól tárolható, jelentős biológiai értékű élelmiszer.
- **A tojás általános összetétele:** Háromnegyede víz, a többi szárazanyag. Megtalálható benne valamennyi esszenciális aminosav, ezért a táplálkozásban az anyatej után a legjelentősebb.

EGY NAGYOBBACSKA

TOJÁS

ELFOGYASZTÁSÁVAL MÁRIS
BIZTOSÍTOTTAD A NAPI:

FEHÉRJE-
SZÜKSÉGLETED

11%

-ÁT

KOLESZTERIN-
SZÜKSÉGLETED

74%

-ÁT

SZELÉN-
SZÜKSÉGLETED

33%

-ÁT

FOLSAV-
SZÜKSÉGLETED

14%

-ÁT

A-VITAMIN-
SZÜKSÉGLETED

12%

-ÁT

86
Kcal

A tojás

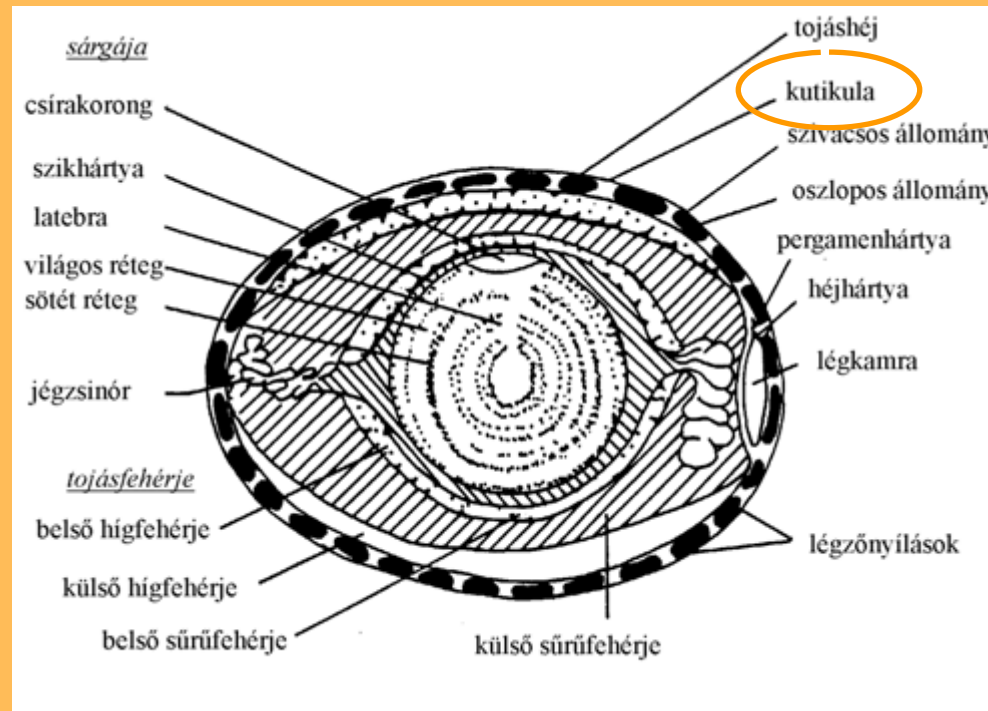
- Európában, így Magyarországon is a „tojás” megnevezésen tyúktojást értenek. A kereskedelmi forgalomban még fürj- és strucctojás kapható, megnevezéskor mindig meg kell jelölni az állat nevét is, pl. fürjtojás, strucctojás.



- A tojás beltartalma 97-98%-ban emészthető. **Kereskedelmi forgalomba csak a tyúk és a fürjtojás kerülhet.** Egyéb madarak tojásait a szalmonellaveszély miatt tilos forgalmazni! Magyarországon kötelező a tojótyúkok szalmonella elleni oltása.
- Szalmonellaveszély kizárására a kereskedelemben két módszer közül lehet választani:
- A tojást igazoltan szalmonellamentes tenyészetből szerzik be.
- Oxigén-ózon tartalmú lég-
térben fertőtlenített, ún.
„szalmonellamentesített”
tojást árusítanak.



- A **kutikula** vékony, bőrszerű, vízben oldódó fehérjeréteg a héjon kívül. Az első és legfontosabb védelmi vonal a fertőzést okozó mikroorganizmusok ellen.
- Igen sérülékeny.
- Legvékonyabb és legsérülékenyebb a kacsatojás kutikularétege, ez az egyik oka a szalmonellafertőzés lehetőségének.
- Ezért a kacsatojást étkezési célra forgalomba hozni tilos!



- A gyakorlatban a tojásokat a héjjal együtt mért tömegük szerint sorolják be. A tyúktojás átlagos tömege a tojó fajtájától függően 57-63 g közötti. (Héj nélküli tyúktojás 40 g -fürjtojás 10g)
- Az elsőéves tyúk tojását **jércetojásnak** nevezik (kissé könnyebb).
- A kereskedelmi forgalomba kerülő tojásoknak fajtaazonosnak kell lennie, a különböző tojásokat nem szabad összekeverni!



A tojáson, a csomagolásán eredetközlés címén feltüntetendő a tartási körülmény:

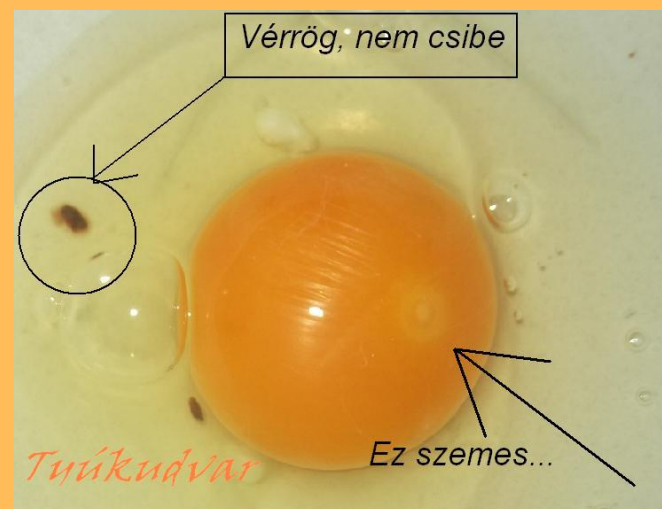
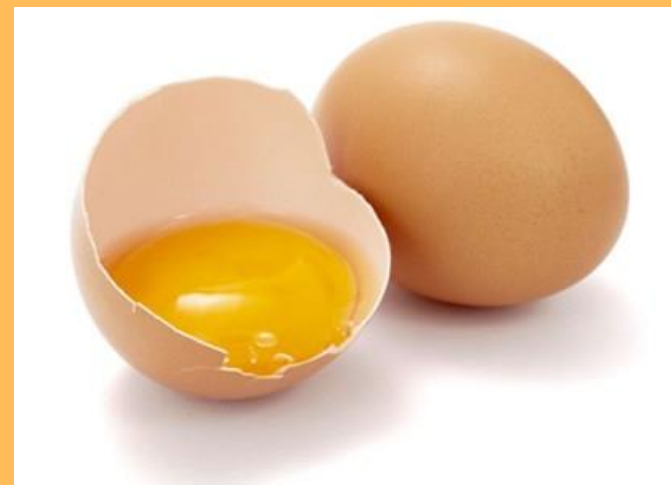
- **szabadtartással:** az állatok egész nappal növényzettel borított, nagy területen, korlátozás nélkül mozoghatnak
- **félintenzív tartással:** az állatok ebben az esetben is az egész nap folyamán szabadon mozoghatnak, de nagyobb sűrűségben
- **mélyalmos tartással:** az állatok alommal/szalmával/fűrészporral borított kis területen mozoghatnak, amely bélsárral borított
- **tojóketreces tartással:** az állatok mozgástere nagyon korlátozott, nevelésük mesterségesen kialakított környezetben folyik.



- **A tojás minősítését állapota és tömege alapján végzik. Kereskedelmi forgalomba kizárólag az „A” állapotú tojások kerülhetnek.** Jellemzőik a következők:
- **héj:** szabályos, sértetlen és tiszta (tyúktojásé: 0,4 mm, strucctojásé 2 mm). Áttetsző, ez teszi lehetővé a tojás átvilágítását, amivel a frissesség megállapítható.
- **légkamra:** magassága legfeljebb 6 mm, „friss tojás” jelölés esetén legfeljebb 4 mm. A tojás tompább végén alakul ki, mert itt jóval több a pórusok száma. A tojástartalom párolgása miatt a tárolási idő során egyre növekszik. Az 1-2 hetes tojás a vízzel telt edény aljára merül, a 2-3 hetes lebeg, míg az ennél régebbi úszik a felszínen.



- **fehérje:** tiszta, áttetsző, kocsonyás állományú, mentes minden idegen anyagtól
- **sárgája:** vékony, rugalmas szikhártya tartja egyben. A régebbi tojásoknál a hártya rugalmatlansága miatt a sárgája szétfolyik a tojás felütésekor. A tojássárgája színe függ az állat takarmányozásától. Minél több karotin található a sárgájában, annál sötétebb sárga színű.
- **csírákorong:** megtermékenyüléskor megnagyobbodik, ez a tojás „szeme”
- **szag:** mentes minden idegen szagtól



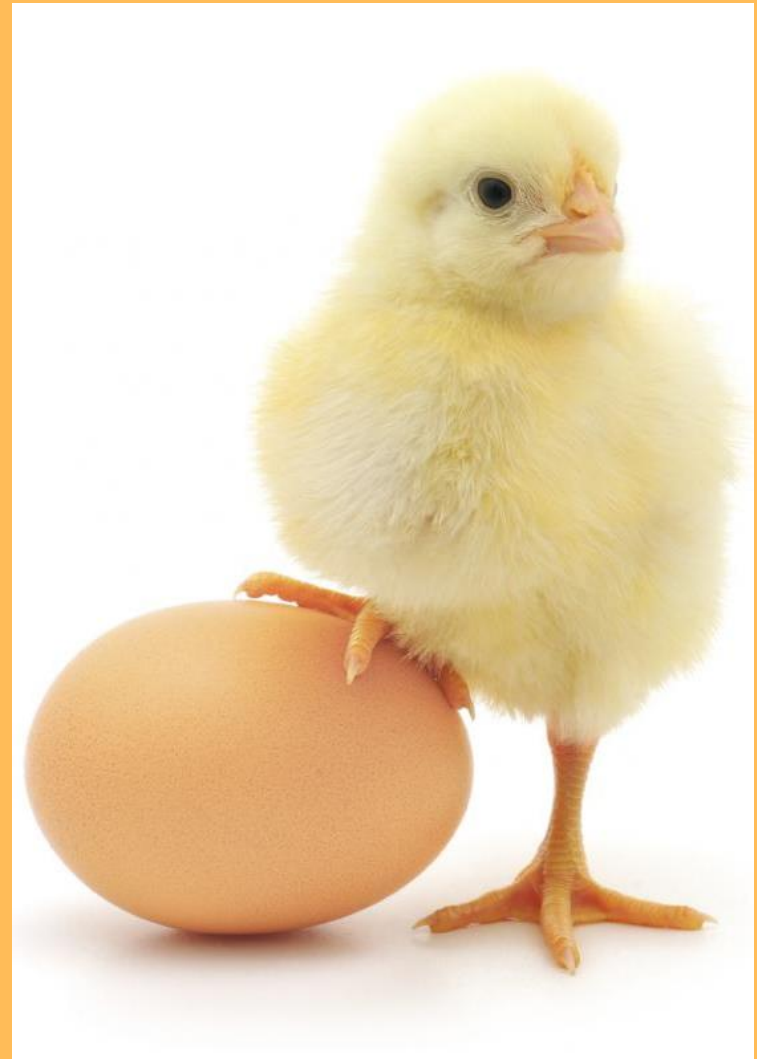
Az étkezési tojás értékesítési előírásai:

- „A” osztály: friss tojás
- „B” osztály: másodosztályú, tartósított tojás
- „C” osztály: gyenge minőségű, élelmiszeripari hasznosításra szánt tojás



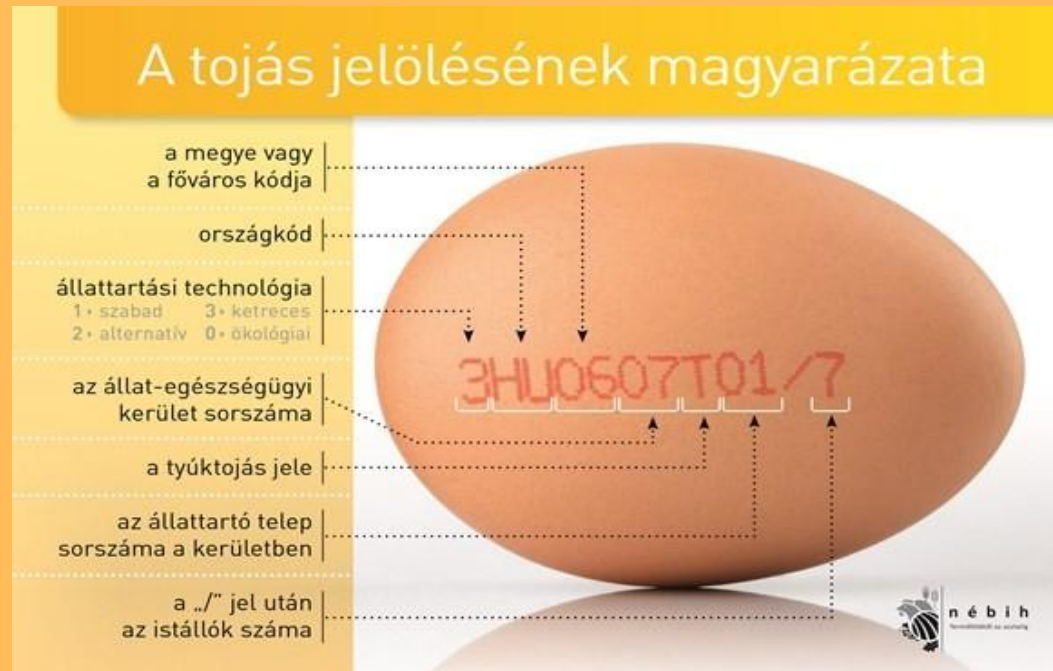
Az „A” tojásokat tömeg szerint tovább csoportosítják:

- XL: min. 73 gramm
- L: 63-73 gramm
- M: 53-63 gramm
- S: max. 53 gramm



A tojás jelölése

- A fogyasztót tájékoztatni kell arról, hogy honnan melyik országból, milyen tartási módban és takarmányozásban tartott állattól, melyik állattartó telepről, istállóból származik a tojás.



Az egyes kódrészek jelentése a következő:

- Első rész - az állattartási technológia kódja:
 - 0: bio/organikus/ökológiai tojás
 - 1: szabadtartású tojás
 - 2: mélyalmos/istállós/alternatív tartású tojás
 - 3: ketreces tojás



Az egyes kódrészek jelentése a következő:

Második rész: az ország ISO kódja, amelyből a vásárló megtudhatja, hogy a tojás honnan származik, a HU jelenti a hazai termelésből származó tojást;



Az egyes kódrészek jelentése a következő:

- Harmadik rész: a megye vagy főváros kódja, 01-20 közötti szám; A megye jelölése: 01: Baranya, 02: Bács-Kiskun, 03: Békés, 04: Borsod-Abaúj-Zemplén, 05: Csongrád, 06: Fejér, 07: Győr-Moson-Sopron, 08: Hajdú-Bihar, 09: Heves, 10: Komárom-Esztergom, 11: Nógrád, 12: Pest, 13: Somogy, 14: Szabolcs-Szatmár-Bereg, 15: Jász-Nagykun-Szolnok, 16: Tolna, 17: Vas, 18: Veszprém, 19: Zala, 20: Budapest
- Negyedik rész: az állat-egészségügyi kerület sorszáma;
- Ötödik rész: a tojótyúk jelölés: "T";
- Hatodik rész: az állattartó telep kétjegyű sorszáma a kerületben;
- Hetedik rész: a "per"- jel után az istállók száma.



A csomagolt - tálcás, dobozos – tojáson további információkat is szerepeltetni kell.

- Ezek a következők:
 - a csomagoló központ száma (amelyet a NÉBIH tart nyilván, s mindenki számára szabadon elérhető a Hivatal honlapján),
 - a tojás minőségi osztályba sorolás ("A osztály" - "A" vagy "friss" szóval kombinálva, amennyiben az "extrafriss" jelzést látja a tojás csomagolásán, akkor a tojásrakástól számítva nem telt el 9 nap);
 - a tojások tömege, mérete (XL-L-M-S);
 - minőség-megőrzési ideje, amely a tojásrakástól számítva legfeljebb 28 nap lehet; valamint
 - a tárolásra vonatkozó javaslat.
- Amennyiben a kistermelőnek 50 vagy annál kevesebb tojótyúkjá van, a tojások jelölése (bélyegzés) nem kötelező.

A tojás bolti kezelése

Raktározás:

- Tiszta, jól szellőző helyiségben elkülönítve, mindig a csúcsosabb részüket lefelé állítva kell tárolni a tojásokat, mert így a tömeg nem a légkamrát nyomja.
- Az egységcsomagoláson mindig fel kell tüntetni a tömeg szerinti osztály betűjelét (S, M, L) vagy elnevezését, esetleg a kettő kombinációját, a csomagolás dátumát, a tojáscsomagoló nevét, vagy az üzlet nevét. (Piacon vagy háznál történő értékesítéskor nem kell alkalmazni ezeket az előírásokat.)
- Az „A” osztályú tojásokat tilos lemosni, más módon tisztítani, tartósítani, illetve hűteni,
- +1 - +5°C alatt tartani!



A tojás bolti kezelése

Csomagolás:

- Az extra vagy extra friss feliratú, „A” osztályú tojást tartalmazó fogyasztói csomagolások csak akkor használhatók, ha zárszalaggal vagy pótcímkével ellátottak, és ezeken az információk jól láthatók. Az ilyen csomagolásra külön figyelni kell, mert a csomagolástól számított 7., a megtojástól számított 9. napon belül érvényét veszíti az elnevezés. „Újracsomagolva” felirattal kerülhetnek forgalomba az újraosztályozott, importból származó tojások. Általában 6, 10, 15, illetve maximum 30 darabos papírpép dobozokba, tálcákra rakva kerül forgalomba.
- **Páratartalom:** Legkedvezőbb a 80-90%-os relatív páratartalom.
- **Hőmérséklet:** Ideális a 8-12 °C-os környezet.





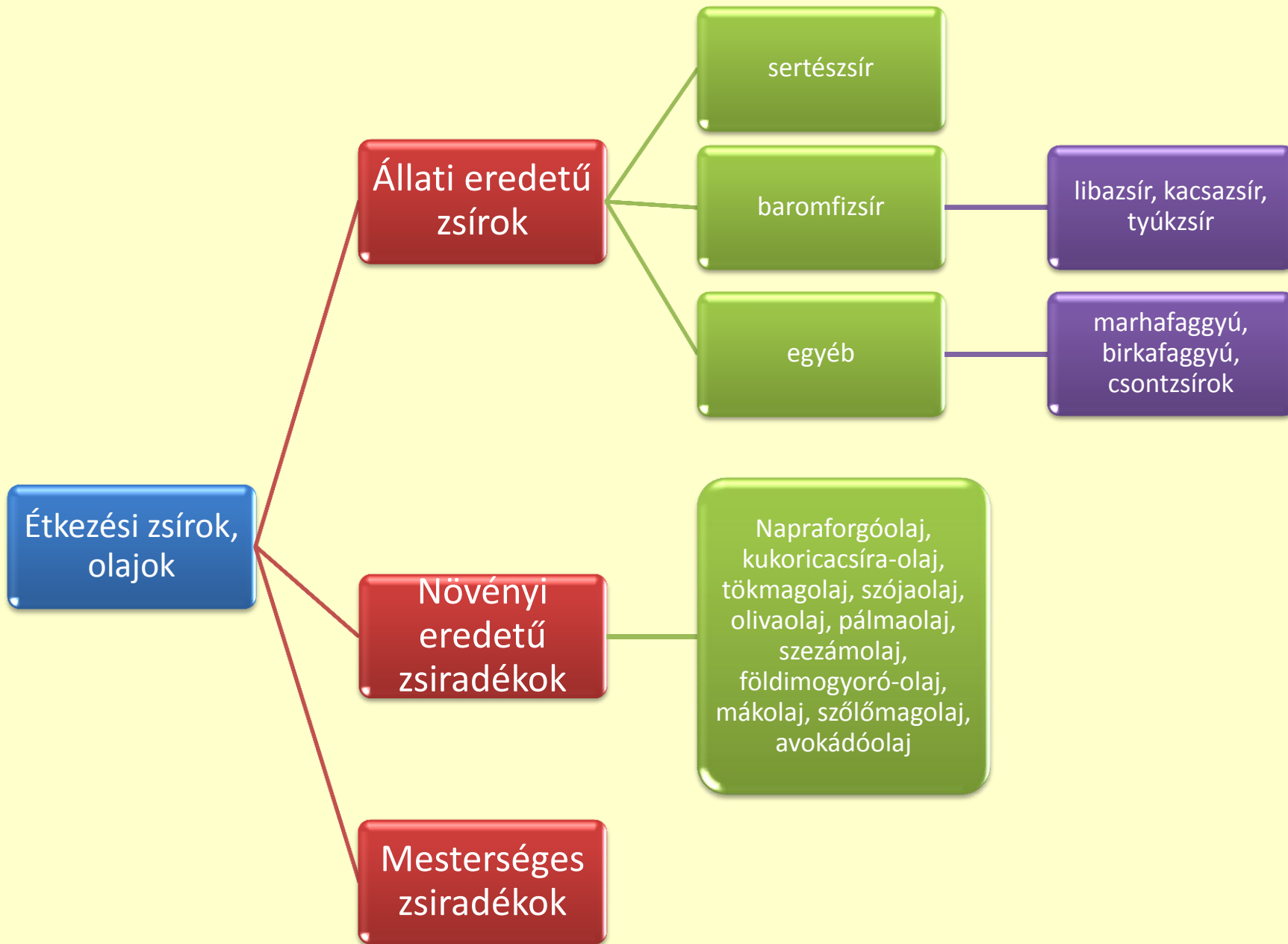


A tojás üzletbe való kihelyezésénél ügyelni kell a következőkre:

- a tojást az árusítótérben elkülönítve vagy a zöldség-gyümölcs részlegnél ajánlott elhelyezni,
- önkiszolgáló jelleggel csak előre csomagolt tojást árusíthatnak,
- a fogyasztói csomagolású árukat nem bonthatják meg,
- törött, szennyezett tojás átvételre nem kerülhet,
- törött, szennyezett tojás árusítása tilos!

Étkezési zsírok, olajok





Az étkezési zsírok

- állati eredetű, többségükben képlékeny állományú, a szervezetben nehezen felszívódó, fő tömegükben telített zsírsavak glicerinnel alkotott észterei.
- Az étkezési zsírok állati eredetűek, szobahőmérsékleten (20 °C) többségében szilárdak, képlékeny állományúak. A szervezetben nehezen szívódnak fel.

Az étkezési zsírok

- Hazánkban köznapiban értelemben zsíron a sertészsírt értik, más állati eredetű zsír megnevezésekor a zsír előtagjaként fel kell tüntetni az állat nevét, pl. libazsír.

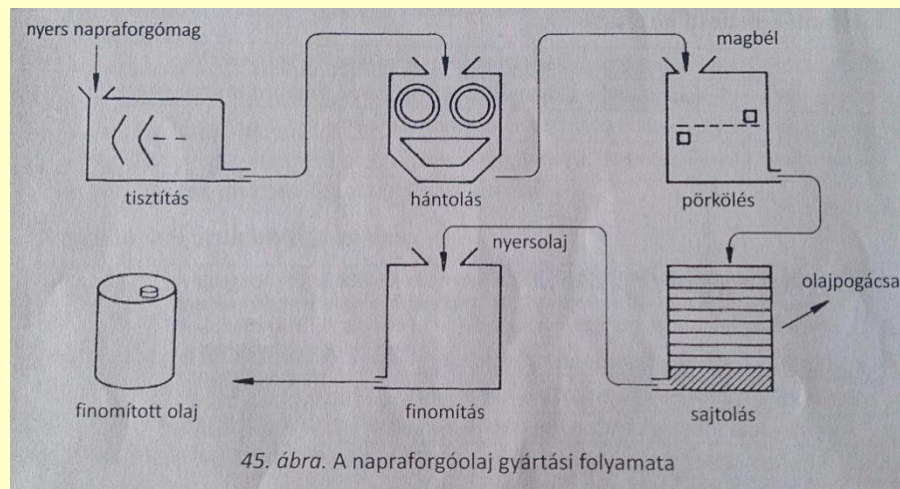


Az étkezési olajok

- növényi eredetű, többségükben folyékony halmazállapotú, a szervezetben könnyen felszívódó, fő tömegükben telítetlen zsírsavak glicerinnel alkotott észterei.
- Az étkezési olajok növényi eredetűek, szobahőmérsékleten többségük folyékony halmazállapotú. A szervezetben könnyen felszívódnak. Élettani szerepük miatt kiemelkedőek a csíraolajok.

Az étkezési olajok

- Az olaj megnevezés – szintén hazánkban – a napraforgóból készült ún. **étolajat** jelenti. Más növényi olajok nevében megjelenik a növény neve is, pl. olivaolaj.
- Az étolajok olyan élelmiszerek, amelyeket étolajok előállítására alkalmas olajos magvakból vagy olajtartalmú növényi részekből sajtolással, esetenként finomítással, sajtolással és/vagy oldószeres extrakcióval, valamint finomítással állítanak elő.



Az étkezési olajok

- A napraforgómagból nyert olaj tiszta, csekély karotintartalma miatt halványsárga színű.
- Szaga kellemes, sütésre, főzésre használható, iparilag is hasznosítható.
- A finomítás miatt sötét, hűvös helyen több mint egy évig eltartható.

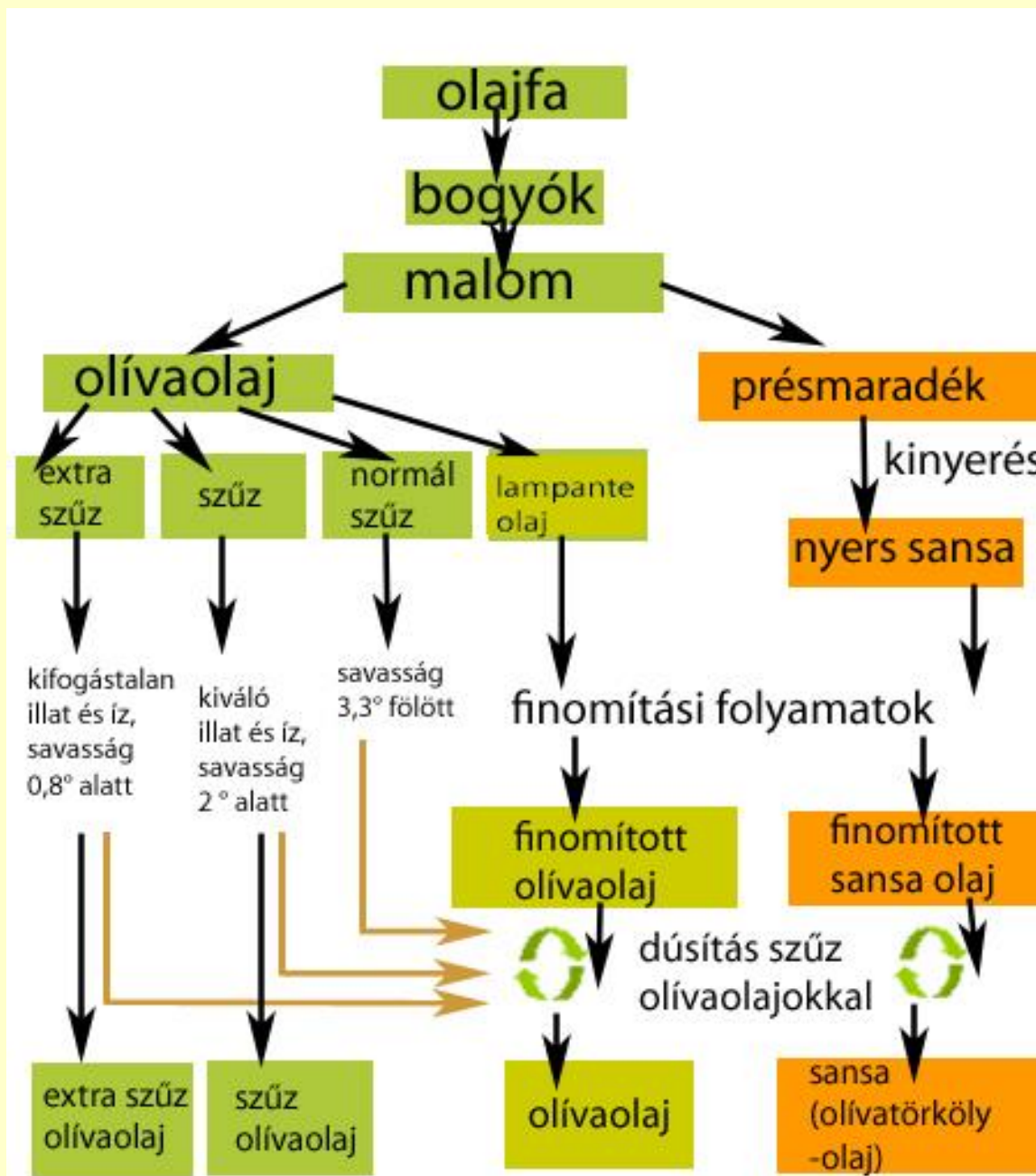


Az étolajokat az előállítási technológia és az alapanyag szerint csoportosítják.

Technológia szerint:

- A **szűz étolaj** az I. osztályú alapanyagból tisztítás és hajalás, aprítás után a saját tömege alatt kinyomódott, első osztályú magvak, bogyók húsából keletkezik, az olajkinyerés elősegítése érdekében a hőkezelés megengedett. Színe zöldes.





Az étolajokat az előállítási technológia és az alapanyag szerint csoportosítják.

Technológia szerint:

- A **tiszta olaj/hidegen sajtolt olaj** II. osztályú alapanyagokból készül mechanikus úton, hidegsajtolással állítják elő, színe zöldessárga.

Hogyan készült?

<https://www.youtube.com/watch?v=6Dw8GT83HRw>

1. Hidegen sajtolás

A hidegen sajtolás lényege, hogy a megtisztított és megszártott magokat egy zárt rendszerű prés segítségével sajtoljuk ki. Mi is ezt a hidegen sajtoltás technológiáját alkalmazzuk, elsősorban azért, mert élettani hatások szempontjából egy sokkal értékesebb olajat tudunk így készíteni.

Ebben az esetben nincs magas hőmérséklet, nincs egyéb hozzáadott adalékanyag, csak a 100%-osan tiszta, természetes hidegen sajtolt olaj, mely a hidegen sajtoltás technológiájának köszönhetően megőrzi az adott olajos mag értékes vitamin és ásványi anyag tartalmát!

Nálunk így néz ki a sajtolás 😊



Forrás: <http://www.gastrolaj.hu/termelo-szemevel/tokmagolaj-keszites/>

Az étolajokat az előállítási technológia és az alapanyag szerint csoportosítják.

Technológia szerint:

- **A melegen sajtolt olaj** kevert érésű olajbogyók húsból és magjából, meleg úton sajtolta termék. Színe halványsárga.

2. Melegen sajtolás, más néven olajütés

A másik módja a tökmagolaj készítésének a hagyományos technológia, melyet a régi időkben is alkalmaztak.

Ezt nevezik olajütésnek is. Ez a technológia több lépcsőből áll:

1. A megtisztított magok ledarálása.
2. A ledarált magokat sóval és vízzel elegyítik, egy masszát gyúrnak belőle.
3. Ezt a masszát magas hőfokon pirítják.
4. A megpirített masszát kisajtolják.

Olajütés:
<https://www.youtube.com/watch?v=Us9fbK-VTV0>

Az étolajokat az előállítási technológia és az alapanyag szerint csoportosítják.

Technológia szerint:

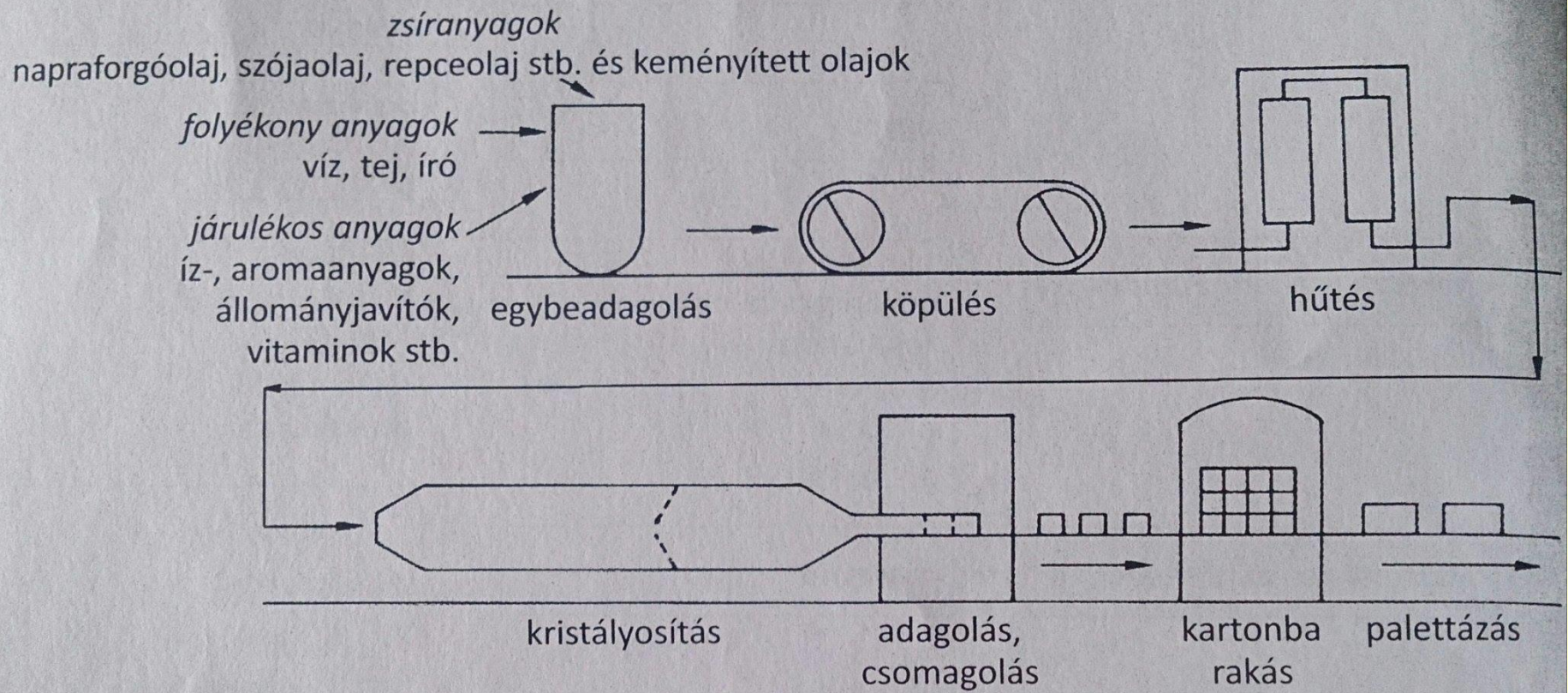
- A **finomított étolajat** az alapanyagokból tisztítással, sajtolással és/vagy extrahálással és finomítással állítják elő.

Hogyan készül a repceolaj?

<https://www.youtube.com/watch?v=X365s-bTBC8>

A margarin

- zsírokból és olajokból készülő, megfelelő adalék-, aroma- és színezőanyagokkal, vitaminokkal biológiailag értékesebbé tett mesterséges zsiradék.
- A margarin növényi és/vagy állati zsírokból nyert termék, amelynek zsírtartalma legalább 80%, de kevesebb, mint 90%.
- A margarin minősége annál jobb, minél többféle zsírból és olajból készül. A zsiradék összetétel szerint **kemény és lágy margarint** különböztetnek meg. A lágy változat kizárólag telítetlen növényi olajokból készül.
- A csészés margarin a hűtőszekrényből kivéve azonnal kenhető, mert linolsavtartalma háromszorosa a „kocka” margarinénak.



46. ábra. A margarin gyártási folyamata

- A zsiradékok könnyen romló élelmiszerek.
Legjellemzőbb romlásuk a kellemetlen
ízültetéssel járó **avasodás**. Ezt a folyamatot
antioxidánsok hozzáadásával késleltethetik, a
csomagoláson azonban ezt a tényt kötelező
feltüntetni.

A zsiradékok bolti kezelése

- **Raktározás:** A zsiradékokat védeni kell a fénytől és a magasabb hőmérséklettől.
- **Csomagolás:** PS-dobozban PE-nel kasírozott Al-fólia lezárással, vagy pergamenpapírban
- **Páratartalom:** Legkedvezőbb a 70-75% relatív páratartalom
- **Hőmérséklet:** Ideális az 5-10 °C-os környezet.

Hidegkonyhai árak



- A különféle konyhatechnológiai műveletekkel már előkészített, étvágygerjesztően díszített és tálalt, hidegen fogyasztható élelmiszerek a hidegkonyhai áruk.
- Alapanyagai lehetnek húsok, tejtermékek, tojások, zöldségfélék, gyümölcsök, tésztafélék. Díszítésükhöz és összeállításukhoz aszpikot, kaviárt, mártásokat stb. használnak.
- Csak hűtőpultból árusíthatók, mert gyorsan romló élelmiszerek! A hidegkonyhai termékek csak fogyasztható díszítést tartalmazhatnak!



A hidegkonyhai áruk minősítésének szempontjai:

- frissesség, ízhatás, látvány, idényjelleg, különlegesség, esztétikus elrendezés



Főbb csoportjai:

- szendvicsek, saláták, tojásételek, kocsonyás, aszpikos készítmények, galantinok, hidegtálak.
- A **kocsonya** magas kollagéntartalmú bőrös sertéshúsokból, körömből, fejből, farokból, bőrkéből készíthető. A fűszerezett lében lassan főzik puhára az alapanyagot.
- Az **aszpik** hús- vagy csontléből készül úgy, hogy főzés után zselatint adnak a léhez.
- A **galantin** szitán áttört, lisztpéppel, vajjal, tojással, fűszerekkel kevert kocsonyás anyagba ágyazott, húst tartalmazó készítmény. Jellemzője a mozaikos metszéslap.



Hidegkonyhai áruk bolti kezelése

- **Raktározás:** A hidegkonyhai készítmények minőségmegőrzési idejét a termékhez felhasznált legrövidebb minőségmegőrzési idejű alapanyag alapján kell megállapítani.
- **Csomagolás:** Egyedi csomagolásuk cukornádrostból készült edényekbe vagy PE-, illetve PE+PE duplex fóliába, gyűjtőcsomagolásuk kartondobozba történik.
- **Páratartalom:** Legkedvezőbb a 60-70%-os relatív páratartalom
- **Hőmérséklet:** Ideális a 0-10 °C-os környezet.